

Courdimanche
Menus du 02/09/2024 au 06/09/2024

MENU

de la semaine

LUNDI


*** Menu Végétarien ***

Chili sin carne (haricot rouge, haché végétal, pulpe de tomate, oignon, aromates)

 Riz de Camargue igp

 Camembert bio

 Pain bio

 Coupelle de purée de pommes bio

Baguette

Confiture de fraises
Fruit

MARDI

 Tomate bio

Vinaigrette à la moutarde

Boulettes de boeuf sauce milanaise (tomate, oignon, herbes aromatiques)

Chou fleur cuisiné

 Fromage blanc bio

 Pain bio


Baguette

Fromage frais Petit Moulé
Fruit

MERCREDI

Fricassé de poulet aux herbes de provenance

Lentilles cuisinées

 Yaourt bio brassé à la fraise

 Pain bio

 Fruit bio

Viennoiserie

Petit fromage blanc aux fruits


JEUDI


** C'est la rentrée **

 Melon bio

Blanquette de veau
Farfalles

 Pain bio

 Crème dessert bio chocolat
Barre de chocolat

 Jus d'orange bio


Gâteau fourré au chocolat
Fruit

VENDREDI

Saumon sauce beurre et citron
Boullgour

 Edam bio

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette

Chocolat au lait (tablette)
Lait demi écrémé

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Indication
Géographique
Protégée



Issu de l'agriculture
biologique

Courdimanche
Menus du 09/09/2024 au 13/09/2024

MENU


de la semaine

LUNDI

Colombo de volaille
Riz de Camargue igt

 Fromage frais Chanteneige bio

 Pain bio

 Fruit bio

Madeleine
Yaourt nature

MARDI

Sauté de boeuf sauce piperade
(tomate, poivron, herbes de
provence)

Petits pois sauce tomate


 Yaourt bio aromatisé framboise

 Pain bio

 Fruit bio

Baguette
Fromage fondu Vache qui rit
Jus d'oranges (100 % jus)


MERCREDI

 Tomate bio
Vinaigrette à la moutarde

Boulettes de dinde et veau
all'arrabiata (tomate, oignon,
huile d'olive)

Fusilli


 Pain bio

 Coupelle de purée de pomme
et poire bio

Gaufre poudrée
Fruit


JEUDI


*** Menu Végétarien ***

 Omelette nature opa
Haricots vert cuisinés


 Carré bio


 Pain bio

 Fruit bio

Baguette
 Pâte à tartiner bio
Fromage blanc nature

VENDREDI

 Carotte râpée bio
Vinaigrette à la moutarde

 Colin d'Alaska pmd meunière
Boulgour

 Fromage blanc bio

 Pain bio

Baguette
Miel
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy

Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Ouf de poule élevée
en plein air



Indication
Géographique
Protégée



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable


Courdimanche
Menus du 16/09/2024 au 20/09/2024

MENU


de la semaine

LUNDI

Aiguillette de poulet à la crème et
aux champignons
Petits pois sauce tomate

 Pointe de Brie bio




 Pain bio

 Fruit bio

Baguette
Confiture d'abricots
Yaourt aromatisé

MARDI

*** Menu Végétarien ***

  Concombres rondelles bio lcl
 Vinaigrette bio moutarde à
l'ancienne

Boulettes de sarrasin, lentilles et
légumes sauce tomate


 Blé bio


 Pain bio

Dessert lacté flan saveur vanille
nappé caramel

Gaufre poudrée
Fruit

MERCREDI

 Filet de colin d'Alaska pmd
pané frais

 Purée de courgette et pommes
de terre bio



Tomme blanche


 Pain bio

Pastèque

Baguette
Chocolat au lait (tablette)
Coupelle de purée de pommes

JEUDI

Salade de tomates
 Vinaigrette moutarde bio
 dés de Saint Nectaire aoc


 Gardiane de boeuf lr
Carottes

 Pain bio

 Cake à la cannelle farine lcl

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

VENDREDI

 Jambon blanc* lr
Pommes de terre vapeur
Epinards branches en béchamel

Camembert

 Pain bio

CERGY_FRUIT (LOCAL)

Viennoiserie
Fromage blanc nature

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine
Contrôlée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable







Produit local

Courdimanche
Menus du 23/09/2024 au 27/09/2024

MENU





de la semaine

LUNDI

  Sauté de boeuf lr igp aux olives
 Riz bio
Petits pois mijotés
Fromage frais Petit Moulé
 Pain bio
Fruit



Baguette et beurre
Lait demi écrémé

MARDI

 Merlu pmd sauce citron persillée
Haricots verts
Pommes de terre vapeur
Plateau de fromages
 Cantal aop
 Saint Nectaire aop
 Pain bio
Fruit

Baguette
Miel
Coupelle de purée de pomme abricot



MERCREDI

 Carotte râpée bio lcl vinaigrette moutarde à l'ancienne et miel huile bio
Saucisse de Francfort *
 Coquille bio semi-complet
Pain bio
Crème dessert au chocolat

Brownie
Fruit





JEUDI

*** Menu Végétarien - Amuse-bouche : figue ***

 Parmentier de lentille corail bio
Salade iceberg et vinaigrette moutarde
Carré
 Pain bio
Fruit

Madeleine longue
Lait demi écrémé

VENDREDI

Concombre et maïs
 dés de Saint Nectaire aoc
 Vinaigrette moutarde bio
Hoki pmd sauce crème aux herbes
 Bouquet de légumes bio (chou fleur, brocoli et carotte)
 Boulgour bio
Pain bio
Beignet parfum chocolat noisette dgc

Baguette
Confiture d'abricots
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Courdimanche


Menus du 30/09/2024 au 04/10/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

Salade coleslaw (Carotte, chou blanc, oignon, mayonnaise)

 Sauté de porc* Ir sauce forestière (champignons) et ketchup

Pommes de terre quartier avec peau


 Yaourt bio Le P'tit Pré nature lcl

 Pain bio

Barre bretonne à partager
Fruit

MARDI

*** Menu Végétarien ***

 Dahl de lentilles corail bio et riz bio

Plateau de fromages

 Pont l'évêque aop

 Cantal aop


 Pain bio

Fruit

Baguette et beurre
Miel
Petit fromage blanc aux fruits

MERCREDI

Pizza au fromage et emmental râpé

 Boeuf mode Ir
Petits pois et carottes

 Pain bio

Fruit

Viennoiserie
Lait demi écrémé


JEUDI

Salade de tomates vinaigrette à la provençale

Merguez
Blé


 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur vanille

Baguette
 Pâte à tartiner bio
Fruit

VENDREDI

Taboulé

 Filet de colin d'Alaska pmd pané frais
Gratin de chou fleur et emmental râpé

 Pain bio

Fruit

Baguette
Chocolat noir (tablette)
Lait demi écrémé

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable



Produit local


Courdimanche


Menus du 07/10/2024 au 11/10/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

 Dés de saumon pmd sauce citron

 Pommes de terre bio

Yaourt nature

 Pain bio



CERGY_FRUIT (LOCAL)

Baguette

Fromage frais Petit Moulé
Jus de pommes (100 % jus)

MARDI

Salade de tomates
et vinaigrette moutarde

  Sauté de boeuf lr igp sauce
barbecue

Haricots beurre

 Riz bio

Petit fromage blanc aux fruits

 Pain bio

Gâteau fourré au chocolat
Fruit

MERCREDI

Carbonara* (sauce à la crème,
champignons et lardons de porc)

 Macaroni bio semi complet

Tomme blanche

 Pain bio

Fruit

Baguette


Gelée de groseille
Petit fromage frais nature

JEUDI

*** Menu Végétarien ***

Tajine de légumes, pois chiches,
patate douce, boulgour, amande

Plateau de fromages

 Fourme d'ambert aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio


Fruit

Etoile fourrée à la framboise
Yaourt aromatisé

VENDREDI

Carottes râpées vinaigrette au
basilic

 Rôti de dinde lr sauce caramel

 Purée d'épinards et pommes
de terre bio

 Pain bio

Dessert lacté gélifié saveur
chocolat

Baguette
Confiture d'abricots
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine
Protégée



Certifié Label Rouge



Indication
Géographique
Protégée



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable

Courdimanche


Menus du 14/10/2024 au 18/10/2024

MENU

de la semaine

LUNDI

*** Semaine des saveurs : les épices ***

 Sauté de dinde lr sauce végétale pomme curry crémée

 Riz bio

Camembert


 Pain bio


Fruit

Viennoiserie
Yaourt nature

MARDI

*** Semaine des saveurs : les épices - Menu Végétarien ***

Salade de tomates
 dés de Saint Nectaire aoc
vinaigrette moutarde à l'ancienne

 Penne bio semi completes pois chiche epinards tandoori

 Pain bio


Coupelle de purée de pommes et fraises


Baguette
Chocolat noir (tablette)
Fruit

MERCREDI

*** Semaine des saveurs : les épices ***

Salade verte
vinaigrette d'agrumes à la cannelle

 Poulet lr rôti au jus

 Purée de pommes de terre fraîche bio lcl à la muscade

Duo de mozzarella et cheddar râpés

 Pain bio



Ile flottante
et sa crème anglaise

Pain au lait
Fruit

JEUDI

*** Semaine des saveurs : les épices ***

Tartinable de haricots rouges aux épices

  Sauté de boeuf lr igp sauce au paprika et persil
Jardinière de légumes (carotte, p.pois, h.vert, navet)

 Pain bio


Fruit


Baguette
Fromage fondu Vache qui rit
Jus d'oranges (100 % jus)

VENDREDI


*** Semaine des saveurs : les épices ***

Concombre en rondelles
sauce fromage blanc menthe et épices kebab

 et dés de gouda bio

 Colin d'Alaska pmd sauce béchamel aux épices douces
Carottes

 Pain bio

 Gaufre Bruxelloise dcg
et crème fouettée

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Courdimanche

Menus du 21/10/2024 au 25/10/2024


MENU

de la semaine

LUNDI

*** Vacances *** Menu végétarien ***

Carotte râpée vinaigrette à la moutarde

 Pommes de terres bio fromagères (fromage à tartiflette)
Salade verte et vinaigrette moutarde


Fromage blanc individuel sucré différemment :
Sucre roux
Confiture

 Pain bio

Baguette
Fromage frais Tartare nature
Coupelle de purée de pommes et poire

MARDI

*** Vacances ***

 Sauté de veau lr sauce aux hortillons (poireaux, oseille, céleri, crème fraîche, oignon)
Légumes façon Maillot (petit pois, carotte, haricot vert)

 Riz bio

Camembert

 Pain bio

Fruit


Madeleine

Jus de pommes (100 % jus)

MERCREDI

*** Vacances ***

Chou rouge vinaigrette au cidre et maïs

 Macaroni bio au bœuf égréné bio et fromage

 Pain bio



Crème dessert saveur vanille

Baguette


Confiture d'abricots
Fruit

JEUDI

*** Vacances ***

 Filet de dinde lr façon jambon
Lentilles mijotées
 Carottes bio

Plateau de fromages

 Cantal aop

 Pont l'évêque aop

 Pain bio

Fruit



Baguette

Confiture de fraises
Yaourt aromatisé

VENDREDI

*** Vacances ***

Salade de mâche et betteraves rouges et vinaigrette moutarde

 Hoki pmd sauce armoricaine
 Purée de courge butternut et pommes de terre bio

et emmental râpé

 Pain bio

Cake à la noix de coco (farine locale)

Brownie

Fruit

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits

sOgeres



Appellation d'Origine Protégée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture biologique



Produit de la mer durable

Courdimanche
Menus du 28/10/2024 au 01/11/2024


MENU


de la semaine

LUNDI

*** Vacances ***

Radis roses
et beurre

 Sauté de porc* lr au curry

 Riz bio


 Pain bio

Crème dessert au chocolat

Baguette
Confiture de fraises
Fruit

MARDI

*** Vacances *** Menu
végétarien ***

 Penne bio sauce crème
champignons et noisettes
et emmental râpé

Yaourt aromatisé


 Pain bio


Fruit

Viennoiserie
Lait demi écrémé


MERCREDI

*** Vacances ***

 Colin d'Alaska pmd sauce bercy
(persil, échalote)
Haricots beurre

 Semoule bio


Plateau de fromages

 Fourme d'ambert aop

 Saint Nectaire aop

 Pain bio


Fruit


Baguette
 Pâte à tartiner bio
Petit fromage frais nature

JEUDI

*** Vacances ***

Salade verte
et dés de mimolette
vinaigrette noire (olive)

 Sauté de boeuf lr façon
stroganoff (paprika doux, tomate,
champignons)

 Crumble de carottes bio et
potiron

 Pain bio

Crêpe nature sucrée
coulis de fruits rouges

Baguette
Confiture d'abricots
Fruit

VENDREDI

sOgeres

* : plat contenant du porc / Les indications d'allergènes sont disponibles sur l'appli SoHappy
Menus proposés sous réserve de disponibilité des produits



Appellation d'Origine
Protégée



Certifié Label Rouge



Issu de l'agriculture
biologique



Produit de la mer
durable